

## 女身·女聲·女生～女性自我療癒成長團體 (五) 【藝境療心之旅—表達性藝術治療成長團體】

當生活被壓力與日常瑣事塞滿時，多久沒有拾起畫筆創作了呢？

你相信能夠用色彩描繪心聲嗎？

把握機會，讓我們一起用畫筆說話、用心靈創作，

每一筆可以是故事，每一畫也能是情感。

在這次為期六次的團體中，將會結合個人與集體的藝術創作、角色扮演、牌卡等表達性藝術治療方式，梳理過往的經驗，探尋未來發展，幫助我們找到夢想與期待的自己，公平地看見阻礙與力量，強壯實踐的勇氣，走上更自在的人生旅程。

★ 本團體不需要有任何創作基礎，創作方式也十分簡單。所有作品都是被尊重的，我們不評價它的好壞美醜。

▲ 團體帶領人：蘇北辰 諮商心理師 ( 諮心字第 5270 號 )

▲ 團體時間：10/1、10/8、10/15、10/22、10/29、11/5 ( 共六次 ) ; 每週二 10:00-13:00

▲ 團體地點：加惠基金會 ( 臺北市復興北路 181 號 7 樓之 5 )

▲ 適合對象：設籍、居住或工作地在台北市，且有以下情形者，請在報名表中註明您符合優先錄取資格：

1. 家庭照顧者 ( 有需特殊照料之兒童/老人/身心障礙者等 )。
2. 親權由單獨監護，或共同監護但為主要照顧者。
3. 中低收入戶家庭。
4. 離婚或離婚程序中。
5. 單身。

▲ 注意事項：

1. 收取保證金 500 元，請於參加第一次團體時直接繳交給櫃檯人員。

( 全程參與後，於最後一次團體結束時全額退費 )

2. 團體期間會安排課後作業，以幫助大家覺察探索，請確認能承諾出席與完成作業再行報名。

▲ 報名流程：至加惠官網填寫報名表單 ( <https://forms.gle/hLWtFCC4wXtcLziL8> )，經篩選錄取資格，以信件通知。( 開課前 10 天截止報名；如遇額滿，則提前截止，亦不接受現場報名 )

▲ 備註：

1. 報名所填之個人資料僅供加惠基金會活動所用。
2. 本團體由臺北市政府社會局公益彩券盈餘分配基金補助。

▲ 活動洽詢電話與信箱：( 02 ) 2558-2771 / [mail@jcf.org.tw](mailto:mail@jcf.org.tw)



報名連結